

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Красноярский край**

**Ужурский район**

**МБОУ "Приреченская СОШ "**

**РАССМОТРЕНО**

На заседании школьного  
методического объединения  
учителей начальных классов

Руководитель ШМО

 М.И.Жилина

Приказ № 5 от 25. 08. 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Заместитель директора по

УВР

 Н.И. Чугуевская

28. 08. 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности «ТЭГ-РЕГБИ»**

для обучающихся 1 – 4 классов

**п. Приреченск 2023 г**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Тэг-регби способствует формированию здорового образа жизни обучающихся, знакомит их с новым для многих видом спорта регби в адаптированном бесконтактном и не травмоопасном варианте, дает возможность ребёнку выбрать для себя путь развития в командном виде спорта. Занятия тэг-регби обеспечивают постоянную двигательную активность.

Тэг-регби позволяет избирательно решать задачи обучения: в основе начального обучения лежит игровая деятельность с элементами регби (игровые упражнения, эстафеты, игры), осуществляется общая физическая подготовка обучающихся с включением элементов тэг-регби, физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа. Алгоритм обучения тэг-регби делает возможным в минимальные сроки научиться играть в тэг-регби, что позволяет комплексно воздействовать на широкий спектр физических, личностных качеств и социальных функций занимающихся.

Целью изучения курса «Тэг-регби» является формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового и безопасного образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств регби.

Задачами изучения курса «Тэг-регби» являются:

всестороннее гармоничное развитие обучающихся, увеличение объёма их двигательной активности;

укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по тэг-регби;

формирование общих представлений о тэг-регби, о его истории, возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

формирование образовательного фундамента, культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами тэг-регби;

воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в образовательной и соревновательной деятельности;

развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура» средствами тэг-регби;

популяризация тэг-регби среди обучающихся и привлечение проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям тэг-регби, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в спортивных соревнованиях;

выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

На изучение курса отводится 68 часов: в 1 классе -33 часа (1 час в неделю), во 2-4 классах – 34 часа (1 час в неделю).

## СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ «ТЭГ-РЕГБИ».

### **Знания о тэг-регби.**

История регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Судейская терминология тэг-регби.

Требования безопасности при организации занятий тэг-регби, в том числе самостоятельных. Форма и экипировка, занимающегося тэг-регби.

## **Гигиена и самоконтроль при занятиях тэг-регби.**

Комплексы упражнений для развития различных физических качеств регбиста.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Знание игровых амплуа. Основные термины тэг-регби.

Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий тэг-регби: сознательность, смелость, выдержка, решительность, настойчивость.

## **Способы самостоятельной деятельности.**

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби.

Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби во время активного отдыха и каникул.

Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.

Тестирование уровня физической подготовленности в тэг-регби.

## **Физическое совершенствование.**

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки во время занятий тэг-регби.

Подвижные игры (без мяча и с мячом): «Перестрелка», «Веселые старты», «Регбийные салки», «Салки с передачей мяча между водящими», «Салки вдвоем», «Салки втроем», «Салки в четверках», «Салки-пятнашки», «Пятнашки с городом», «Колдунчики», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Собачки 4 против 2» «Осалить конкретного игрока», «Осаль в цепи последнего», «Штандр регбийным мячом», «Закрой игрока и перехвати передачу», «Пионербол двумя регбийными мячами», «Выполни заданное количество передач», «Ботва», «Регбийные рыбаки и рыбки», «Тэг-регби 3х3

по упрощенным правилам», «Атака города», «Атака города по выбору».

Индивидуальные технические действия:

Техника владения регбийным мячом:

стойки и перемещения;

держание мяча, бег с мячом, розыгрыш мяча, прием мяча, подбор и приземление мяча;

финты;

передвижения с мячом по площадке;

передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении;

передачи в колоннах с перемещениями;

передача и ловля высоко летящего мяча;

подбор неподвижного мяча, катящегося мяча.

Тактические взаимодействия:

в парах, в тройках, кресты, забегания, смещения, линия защиты;

тактические действия с учетом игровых амплуа в команде;

быстрые переключения в действиях – от нападения к защите и от защиты к нападению.

Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО «ТЭГ-РЕГБИ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ.**

Содержание модуля «Тэг-регби» направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

## **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия в достижении общих целей при совместной деятельности в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по тэг-регби на принципах доброжелательности и взаимопомощи;

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

осознание значимости ценностей регби: единство, солидарность, уважение, дисциплина, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

способность самостоятельного принятия решений и командного игрового взаимодействия;

способность принимать и осваивать социальную роль обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности, стремление к познанию и творчеству, эстетическим потребностям;

оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;

понимание установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

восприятие тэг-регби как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и асоциального поведения;

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и

отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий по тэг-регби;

определение общей цели и путей ее достижения, умение договариваться о распределении функций в учебной, игровой и соревновательной деятельности, по тэг-регби;

умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия, собственную деятельность, определять наиболее эффективные способы достижения результата в учебной и игровой деятельности;

способность организации самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

знания истории и развития регби, положительного их влияния на укрепление мира и дружбы между народами;

понимание значения занятий тэг-регби как средства укрепления здоровья, закаливания, воспитания физических качеств человека и профилактикой вредных привычек;

способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения различной направленности;

способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, объективно оценивать их;

способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре и тэг-регби, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

способность осуществлять судейство соревнований по тэг-регби, владеть информационными жестами судьи.

способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для физической подготовки регбиста;

умение выполнять физические упражнения для развития физических качеств, освоения технических действий в тэг-регби, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

приобретение навыков безопасного поведения во время занятий тэг-регби, правил личной гигиены, знание требований к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю регбиста;

способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

знание основ организации самостоятельных занятий тэг-регби со сверстниками, организации и проведения со сверстниками подвижных игр средствами тэг-регби;

умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений уровня физической подготовленности в тэг-регби.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов				ЦОР	Форма проведения занятий
		1 кл	2 кл	3 кл	4 кл		
<b>Знания о физической культуре</b>						<a href="https://urok.1c.ru/">https://urok.1c.ru/</a> <a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a> <a href="https://f.oxford.ru/">https://f.oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>	беседа
1	История регби.	1					
2	Отличия регби от других спортивных игр	1					
3	Требования к местам занятий тэг-регби		1				
4	Техника безопасности на занятиях тэг-регби	1	1	1	1		



5	Правила игры в тэг-регби			1	1	<a href="http://school-collecti on.edu. ru">http://school- collecti on.edu. ru</a> <a href="http://s po.1september.ru/urok/">http://s po.1september.ru/urok/</a>	
<b>Способы физкультурной деятельности</b>							
1	Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий тэг-регби	1	1			<a href="https://urok.1c.ru">https://urok.1c.ru</a>	практическое
2	Организация и проведение занятий по тэг-регби			1	1		игра
3	Организация и проведение подвижных игр с элементами тэг-регби		1	1	1	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a> <a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>	
<b>Физическое совершенствование</b>							
1	Комплексы общеразвивающих упражнений	4	4	4	2	<a href="https://urok.1c.ru/">https://urok.1c.ru/</a>	Зарядка, практическое
2	Комплексы упражнений направленных на развитие основных физических качеств	1	2	2	4	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>	
3	Беговые упражнения: бег по кругу в колонне, бег змейкой, гладкий бег на разные дистанции, многоскоки, челночный бег, бег спиной вперед, правым и левым боком, зигзагом, в переменном темпе.	1	1	1	1	<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a>	
						<a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>	
						<a href="http://school-collecti on.edu. ru">http://school- collecti on.edu. ru</a>	
					<a href="http://s po.1september.ru/urok/">http://s po.1september.ru/urok/</a>		
4	Прыжковые упражнения: прыжки через планку с прямого разбега; в высоту с разбега; в длину с разбега, с места; тройной прыжок с места, с разбега.	2	1	1	1		
5	Метания: малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока; на дальность.	1	1	1	1		практическое

6	Гимнастические упражнения: упражнения на растягивание, наклоны, кувырки.	2	2	2	1		
7	Упражнения с набивными мячами, гантелями.			1	1		
8	Подвижные игры без мяча и с мячом для регби, эстафеты с регбийным мячом: «Вышибалы», «Салки», «Веселые старты», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Собачки 4 против 2», «Регбийные салки», «Салки вдвоем», «Салки в тройках», «Салки в четверках», «Салки-пятнашки», «Пятнашки с городом», «Колдунчики»	12	12	10	8		Подвижные игры
9	Техника выполнения стоек и перемещений игрока	2	1	1	1		игра
10	Техника передвижений с мячом	2	2	1	1		игра
11	Техника выполнения передач мяча двумя руками (сбоку, снизу) в парах стоя на месте и в движении; передачи в колоннах с перемещениями	2	2	2	2		игра
12	Техника ловли высоко и низко летящего мяча		2	2	2		игра
13	Техника подбора неподвижного мяча, катящегося мяча			1	1		игра
14	Тактические взаимодействия: передача в крест			1	1		игра
15	Тактические взаимодействия: в парах – забегание после передачи мяча, в тройках -забегание за среднего игрока				1		игра
16	Тактические взаимодействия: смещения				1		игра
17	Тактические взаимодействия: линия защиты				1		игра

	<b>ИТОГО:</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>		

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 год обучения

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1.	Развитие регби в России	1		<a href="https://urok.1c.ru/">https://urok.1c.ru/</a>
2.	Требования безопасности при организации самостоятельных занятий тэг-регби	1		<a href="https://f.oxford.ru/">https://f.oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
3.	Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок	1		<a href="https://f.oxford.ru/">https://f.oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
4.	Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб)	1		
5.	Комплексы общеразвивающих упражнений	1		
6.	Подвижные игры без мяча	1		
7.	Комплексы общеразвивающих упражнений	1		<a href="https://f.oxford.ru/">https://f.oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
8.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств выносливости	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
9.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств силы	1		
10.	Подвижные игры без мяча и с мячом для регби	1		

11.	Комплексы специальных упражнений для совершенствования технических действий игрока	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
12.	Комплексы специальных упражнений для совершенствования технических действий игрока	1		
13.	Беговые упражнения: бег: 20, 30, 60 м; повторный бег; бег с низкого старта 60 м; эстафетный бег с этапами до 40 м; бег с горизонтальными и вертикальными препятствиями; гладкий бег или кросс 500-1000 м	1		
14.	Подвижные игры без мяча и с мячом для регби	1		
15.	Прыжковые упражнения: прыжки через планку с прямого разбега; в высоту с разбега; в длину с разбега, с места; тройной прыжок с места, с разбега	1		
16.	Метания: малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока; с разбега на дальность; набивного мяча на дальность	1		<a href="http://school-collecti on.edu.ru">http://school- collecti on.edu.ru</a>
17.	Гимнастические упражнения: для мышц рук и плечевого пояса; для мышц туловища и шеи; для мышц ног и таза; без предметов и с предметами	1		
18.	Подвижные игры без мяча и с мячом для регби, эстафеты с регбийным мячом.	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
19.	Техника владения регбийным мячом, держание мяча, передвижения с мячом	1		<a href="https://urok.1c.ru/">https://urok.1c.ru/</a>
20.	Техника владения регбийным мячом, держание мяча, передвижения с мячом	1		
21.	Техника ловли высоколетящего мяча	1		<a href="https://urok.1c.ru/">https://urok.1c.ru/</a>
22.	Техника ловли высоколетящего мяча			
23.	Подвижные с мячом для регби, эстафеты с регбийным мячом.	1		
24.	Техника приёма мяча, летящего на игрока низко	1		

	спереди,низко сбоку			
25.	Техника приёма мяча, летящего на игрока низко спереди,низко сбоку	1		
26.	Техника передачи мяча одной и двумя руками	1		<a href="https://urok.1c.ru/">https:// urok.1c.ru/</a>
27.	Поднимание лежащего на земле мяча во время бега, поднимание катящегося мяча.	1		
28.	Поднимание лежащего на земле мяча во время бега, поднимание катящегося мяча.	1		<a href="http://school-collecton.edu.ru/">http://school- collecti on.edu. ru/</a>
29.	Розыгрыш мяча с земли, с рук	1		
30.	Тактика командного взаимодействия	1		
31.	Тактика командного взаимодействия	1		
32.	Учебные игры в тэг-регби	1		
33.	Учебные игры в тэг-регби	1		

## 2 год обучения

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1.	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль при занятиях тэг-регби	1		<a href="https://urok.1c.ru/">https:// urok.1c.ru/</a>
2.	Предупреждение случаев травматизма при занятиях физической культурой и спортом. Первая помощь при травмах	1		<a href="https://urok.1c.ru/">https:// urok.1c.ru/</a>
3.	Комплексы общеразвивающих упражнений	1		<a href="http://school-collecton.edu.ru/">http://school- collecti on.edu. ru</a>
4.	Оценка техники осваиваемых упражнений,	1		<a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>

	способы выявления и устранения технических ошибок			
5.	Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб)	1		<a href="https://f_oxford.ru/">https://f_oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
6.	Комплексы общеразвивающих упражнений	1		<a href="https://urok.1c.ru/">https://urok.1c.ru/</a>
7.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств ловкости, силы	1		
8.	Подвижные игры без мяча и с мячом для регби	1		<a href="http://school-collecti.on.edu.ru">http://school-collecti.on.edu.ru</a>
9.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств ловкости, силы, скорости реакции	1		
10.	Комплексы специальных упражнений для совершенствования технических действий игрока	1		
11.	Комплексы специальных упражнений для совершенствования технических действий игрока	1		<a href="https://f_oxford.ru/">https://f_oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
12.	Беговые упражнения: бег: 20, 30, 60 м; повторный бег; бег с низкого старта 60 м; эстафетный бег с этапами до 40 м; бег с горизонтальными и вертикальными препятствиями; гладкий бег или кросс 500-1000 м	1		
13.	Прыжковые упражнения: прыжки через планку с прямого разбега; в высоту с разбега; в длину с разбега, с места; тройной прыжок с места, с разбега	1		<a href="http://school-collecti.on.edu.ru">http://school-collecti.on.edu.ru</a>
14.	Метания: малого мяча с места в стенку или щит на дальность отскока; с разбега на дальность; набивного мяча на дальность	1		
15.	Гимнастические упражнения: для мышц рук и плечевого пояса; для мышц туловища и шеи; для мышц ног и таза; без предметов и с предметами	1		
16.	Подвижные игры без мяча и с мячом для регби	1		
17.	Техника владения регбийным мячом: держание мяча, передвижения с мячом	1		<a href="http://school-collecti.on.edu.ru">http://school-collecti.on.edu.ru</a>

18.	Техника ловли высоколетящего мяча	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
19.	Техника приёма мяча, летящего на игрока низко спереди, низко сбоку	1		<a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
20.	Техника приёма мяча, летящего на игрока низко спереди, низко сбоку	1		
21.	Техника передачи мяча одной и двумя руками	1		<a href="http://school-collecti.on.edu.ru">http://school-collecti.on.edu.ru</a>
22.	Техника передачи мяча одной и двумя руками	1		
23.	Техника передачи мяча в одно касание	1		
24.	Поднимание лежащего на земле мяча во время бега, поднимание катящегося мяча.	1		<a href="https://urok.1c.ru/">https://urok.1c.ru/</a>
25.	Эстафеты с регбийным мячом.	1		<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
26.	Розыгрыш мяча с земли, с рук	1		
27.	Финты: «ложный пасс», смена темпа движения, смена направления движения	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
28.	Техника приземления мяча	1		<a href="https://urok.1c.ru/">https://urok.1c.ru/</a>
29.	Тактические действия игроков при атаке	1		
30.	Тактические действия игроков в защите	1		<a href="http://school-collecti.on.edu.ru">http://school-collecti.on.edu.ru</a>
31.	Тактика командного взаимодействия	1		
32.	Учебные игры в тэг-регби	1		
33.	Учебные игры в тэг-регби	1		
34.	Учебные игры в тэг-регби	1		

### 3-ий год обучения

№ п/п	Тема урока	Количество	Дата	Электронные цифровые
-------	------------	------------	------	----------------------

		часов	изучения	образовательные ресурсы
		Всего		
1.	Временные ограничения и противопоказания к занятиям тэг-регби	1		
2.	Судейская терминология. Правила игры в регби	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
3.	Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок	1		<a href="http://school-collecti.on.edu.ru">http://school-collecti on.edu.ru</a>
4.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	1		<a href="https://f.oxford.ru/">https://f.oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
5.	Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
6.	Комплексы общеразвивающих упражнений	1		<a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
7.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	1		
8.	Комплексы специальных упражнений для совершенствования технических действий игрока	1		
9.	Комплексы специальных упражнений для совершенствования технических действий игрока	1		<a href="https://f.oxford.ru/">https://f.oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
10.	Беговые упражнения: бег: 20, 30, 60 м; повторный бег; бег с низкого старта 60 м; эстафетный бег с этапами до 40 м; бег с горизонтальными и вертикальными препятствиями; гладкий бег или кросс 500-1000 м	1		
11.	Прыжковые упражнения: прыжки через планку с прямого разбега; в высоту с разбега; в длину с разбега, с места; тройной прыжок с места, с разбега	1		
12.	Гимнастические упражнения: для мышц рук и плечевого пояса; для мышц туловища и шеи; для	1		



	мышц ног и таза; без предметов и с предметами			
13.	Подвижные игры без мяча и с мячом для регби, эстафеты с регбийным мячом	1		<a href="https://f.oxford.ru/">https://f.oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
14.	Техника владения регбийным мячом держание мяча, передвижения с мячом	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
15.	Техника владения регбийным мячом держание мяча, передвижения с мячом	1		
16.	Техника ловли высоколетящего мяча	1		<a href="http://school-collecti.on.edu.ru">http://school-collecti.on.edu.ru</a>
17.	Техника приёма мяча, летящего на игрока низко спереди, низко сбоку	1		
18.	Техника передачи мяча одной и двумя руками	1		
19.	Техника передачи мяча с вращением	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
20.	Техника передачи мяча в одно касание	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
21.	Поднимание лежащего на земле мяча во время бега, поднимание катящегося мяча.	1		
22.	Розыгрыш мяча с земли, с рук	1		
23.	Финты: «ложный пасс», смена темпа движения, смена направления движения	1		
24.	Техника приземления мяча	1		<a href="http://school-collecti.on.edu.ru">http://school-collecti.on.edu.ru</a>
25.	Тактические действия игроков при атаке	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
26.	Тактические действия игроков в защите	1		
27.	Тактические действия игроков в защите	1		
28.	Тактика командного взаимодействия	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
29.	Тактика командного взаимодействия	1		
30.	Учебные игры в тэг-регби	1		
31.	Учебные игры в тэг-регби	1		

32.	Учебные игры в тэг-регби	1		
33.	Учебные игры в тэг-регби	1		
34.	Учебные игры в тэг-регби	1		

#### 4-ый год обучения

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1.	Предупреждение случаев травматизма на занятиях физической культурой и спортом. Первая помощь при травмах.	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
2.	Судейская терминология. Правила игры в регби	1		<a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
3.	Комплексы общеразвивающих упражнений	1		
4.	Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
5.	Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
6.	Комплексы общеразвивающих упражнений	1		<a href="http://school-collecton.edu.ru">http://school-collecton.edu.ru</a>
7.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
8.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	1		
9.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	1		
10.	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	1		

11.	Беговые упражнения: бег: 20, 30, 60 м; повторный бег; бег с низкого старта 60 м; эстафетный бег с этапами до 40 м; бег с горизонтальными и вертикальными препятствиями; гладкий бег или кросс 500-1000 м	1		
12.	Прыжковые упражнения: прыжки через планку с прямого разбега; в высоту с разбега; в длину с разбега, с места; тройной прыжок с места, с разбега	1		
13.	Гимнастические упражнения: для мышц рук и плечевого пояса; для мышц туловища и шеи; для мышц ног и таза; без предметов и с предметами	1		
14.	Подвижные игры без мяча и с мячом для регби, эстафеты с регбийным мячом	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
15.	Техника владения регбийным мячом держание мяча, передвижения с мячом	1		<a href="https://f.oxford.ru/">https://f.oxford.ru/</a> <a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
16.	Техника ловли высоколетящего мяча	1		
17.	Техника приёма мяча, летящего на игрока низко спереди, низко сбоку	1		
18.	Техника передачи мяча одной и двумя руками	1		<a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
19.	Техника передачи мяча с вращением	1		
20.	Техника передачи мяча в одно касание	1		
21.	Поднимание лежащего на земле мяча во время бега, поднимание катящегося мяча.	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
22.	Розыгрыш мяча с земли, с рук	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
23.	Финты: «ложный пасс», смена темпа движения, смена направления движения	1		
24.	Техника приземления мяча	1		<a href="http://school-collecti on.edu.ru">http://school- collecti on.edu. ru</a>
25.	Тактические действия игроков при атаке	1		
26.	Тактические действия игроков при атаке	1		

27.	Тактические действия игроков в защите	1		<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
28.	Тактические действия игроков в защите	1		
29.	Тактика командного взаимодействия	1		<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
30.	Тактика командного взаимодействия	1		
31.	Учебные игры в тэг-регби	1		
32.	Учебные игры в тэг-регби	1		
33.	Учебные игры в тэг-регби	1		
34.	Учебные игры в тэг-регби	1		

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Образовательный модуль «Тэг-регби» по учебному предмету «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего и основного общего образования (далее – Модуль) /Под ред. Н.С. Федченко, директора ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», кандидата педагогических наук.М, 2020 (электронный вариант)

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ:**

<https://f.oxford.ru/> <http://www.openclass.ru>  
<http://spo.1september.ru/urok/>

<https://educont.ru/>

<http://school-collecton.edu.ru>

<http://www.openclass.ru>

***ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.***

*К концу обучения обучающийся будет знать и научиться:*

- правила техники безопасности на уроках по ТЭГ-РЕГБИ;
- регби как вид спорта;
- форму одежды на занятиях по РЕГБИ;
- правила личной гигиены.
- правила техники безопасности на уроках по ТЭГ-РЕГБИ и способы предупреждения травм;
- краткую историю возникновения РЕГБИ;
- краткие сведения о влиянии физических нагрузок на организм
- краткую историю возникновения и развития РЕГБИ;
- правила соревнования.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- выполнять индивидуальные технические действия;
- выполнять групповые тактические взаимодействия;
- передвигаться с мячом в руках;
- передавать мяч на месте и в движении;
- выполнять индивидуальные действия против оппонента, противника.

- реализовывать численное преимущество посредством паса;
- бить по мячу ногой на точность;
- применять тактические приемы.
- применять самостраховки при неожиданном падении (на улице, катке, дома, в школе);
- применять технико-тактических приёмов для участия в школьных и других соревнованиях по регби;
- применять приёмы регби для устранения угрозы своей жизни и здоровья, а также оказания помощи товарищу

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### ОПРЕДЕЛЕНИЮ УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ

(основная медицинская группа)

Контрольные упражнения по технике тег-регби для обучающихся, возраст 7-9 лет

Обучающиеся	Передача мяча на месте, кол-во раз	Передача мяча в движении, кол-во раз	«Слалом», сек
Девочки	3-4	2-3	26-30
Мальчики	2-3	2-3	21-23

Контрольные упражнения по технике для обучающихся, возраст 10-12 лет

Обучающиеся	Передача мяча на месте, кол-во раз	Передача мяча в движении, кол-во раз	Ловля мяча после удара ногой, кол-во раз	Удары ногой по мячу с рукна точность, кол-во раз	«Слалом», сек
Девочки	2-3	2-3	2-3	2-3	24-27
Мальчики	3-4	2-3	3-4	2-3	21-22